

В хореографической студии  
«Bigdance»  
объявляется конкурс

**«Мисс и Мистер  
Пластика»**

Фото и видео материал  
выполненных заданий  
отправляем Дмитрию  
Александровичу Морозу  
одним файлом.

Задание	Инструкция	Критерии
«Рыбка»		Измеряется расстояние ног до головы ( в см)
«Мост»	 	Измеряется расстояние от кистей до пяток ног (в см)
«Ласточка»		Фиксируется удержание равновесия (в секундах и градусах)
Наклоны вперед из положения, сидя на полу		Фиксируется положение тела в градусах
«Шпагат»		Фиксируется положение тела в (см)

# Оценки выполнения

Задание	3 балла	4 балла	5 баллов
«Рыбка»	расстояние ног до головы от 25 см и более.	расстояние ног до головы 10 см.	касание носками головы
«Мост»	расстояние от рук до ног 50 см и более	расстояние от рук до ног 49-40 см	расстояние от рук до ног 39-30 см.
«Ласточка»	подъём ноги на 30 градусов.	подъём ноги на 45 градусов.	подъём ноги на 90 и более градусов.
Наклоны вперед из положения, сидя на полу	на 45 градусов.	на 55 градусов.	при выполнении касается грудью колен.
«Шпагат»	расстояние от пола 25 см.	расстояние от пола 10 см.	полностью садится на пол.

## Жюри:

1. Мороз Дмитрий Александрович
2. Казанцева Евгения Александровна
3. Гартвик Виктория Евгеньевна

Участники, занявшие 1 место, получают звание и диплом «Мисс Пластика», «Мистер Пластика»;

Участники, занявшие 2 место, получают звание и диплом «Вице-Мисс Пластика», «Вице-Мистер Пластика»;

Участницы, могут получить звание «Мисс Очарование» по особому мнению жюри (костюм, музыкальное сопровождение);

Остальные обучающиеся получают Сертификат участника.